

# 平成30年度

## ボールコンディショニング 開催要領

目 的 教室を通して、ボールコンディショニングの楽しさを実感し、継続的な活動を推進するとともに、市民の健康づくりを推進する。

- ◆ 主 催 公益財団法人入間市振興公社
- ◆ 日 時 平成30年 10月5日・12日・19日・26日 計4回  
毎週金曜日 午前10時00分～11時00分
- ◆ 会 場 西武地区体育館
- ◆ 内 容 ボールコンディショニング
- ◆ 講 師 クラフトワーク（株） 大迫氏
- ◆ 定 員 20人
- ◆ 参加資格 市内在住・在勤・在学の方
- ◆ 参加費 1人1,000円  
(4日間参加できない場合でも、左記料金は徴収します)
- ◆ 用意する物 運動できる服装・タオル・飲み物等
- ◆ 広 報 広報いるま9月1日号に掲載
- ◆ 申し込み 9月21日（金）5時までに武道館へ電話申し込み又は、西武地区体育館に用意してある申し込み用紙にて申し込み
- ◆ そ の 他 スポーツ傷害保険（レクリエーション保険）に加入
- ◆ 問い合わせ （公財）入間市振興公社・入間市武道館 ☎2965-5551